Spaghetti mit Hackbällchen

Nudel-Gerichte » Spaghetti&Linguine

Zutaten (4 Personen)

» 500g Spaghetti
» Salz & Pfeffer
» 250g Hackfleisch
» 2 TL Senf
» 2 Knoblauchzehe(n)
» 2 Zwiebel(n)
» 1-2 EL Öl
» 200ml Instant-Gemüse-Brühe
» 200g Dosentomaten

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Inzwischen Hack mit Senf verkneten. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen, mit angefeuchteten Händen zu kleinen Bällchen formen. Knoblauch und Zwiebeln schälen. Knoblauch durch eine Knoblauchpresse drücken, Zwiebeln in feine Spalten schneiden.

2. Öl in einer Pfanne erhitzen. Hackbällchen darin bei mittlerer Hitze rundherum goldbraun anbraten. Knoblauch und Zwiebeln zufügen und kurz mitbraten. Mit Brühe und Tomaten ablöschen. Ca. 5min köcheln lassen. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spaghetti auf Tellern anrichten, mit Hackbällchen und Tomatensoße servieren.

Nährwerte: 600kcal/E28g/F11g/KH96g pro Portion

angelegt am: 28.03.2005 Rezept-Nr: 1720

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke